

KANTAERA®
 Schlingentraining
 Rückentraining
 Pilates
 Step-Aerobic
 Fascientraining
 Flexi-Bar®
 Drums-Alive®
 S-Klasse
 Aroha®
 Osteoporose
Fitness-Aerobic
Cross-Training
 Cardio-Fit
Functional-Training
 Gehirntaining
 Sinchi-Balance
 Yoga
 Qi-Gong
 Sport für Ältere
 Yogilates
 Body-Fit
 Group-Fitness
 Indian Balance®
 Sturzprophylaxe
 Herz-Kreislauftraining

Fitness + Gesundheit

Outdoor Fitness
 Orientierungswandern
 Wandern im Verein
 Parkturnen
Nordic-Walking
Adventure Race
 Geocaching
 Trakour
Walking
 Parkour®
 Tricking
 Erlebniswandern
Niederseilgarten
Familienwandern
 Slackline

Natursport



Gymnastik

Tanz + Vorführung

Rhythm.-gymn. Bewegungsschulung
 Damengymnastik
S-Klasse
 Gymnastik ohne Handgerät
Funktionsgymnastik
 barre 'n' workout
Wirbelsäulengymnastik
Seniorengymnastik
 LaGYM
 Skigymnastik
 Jazzgymnastik
 Gymnastik mit Handgerät
 Konditionsgymnastik
 Bauch-Beine-Po
 Tänzerische Gymnastik
 Fitness-Tanz-Trend

Jonglage
 Rendezvous der Besten
 Jazzdance
Showtime
Showgruppen
 Hip-Hop
dance2u®
 Breakdance
 Videoclip Dancing
 Modern Dance
 Latin Dance
Akrobatik
Bewegungskünste
Zirkuskünste
 Pantomime
 Bewegungstheater